

毎月19日は食育の日。「地産地消」に関心を持ち、食への感謝を深めましょう。

ご入学・ご進級おめでとうございます

色とりどりの花が咲きほこるなか、いよいよ新年度のスタートです。みなさんの心と体の健康を支えるため、安全安心でおいしい給食を給食センターからお届けします。今年度もよろしく願いいたします。



4月14日スタートです！！
(1年生は21日です)



栄養価・おいしさにプラスして季節、行事、地域の食材を感じられる献立作成に努めています。
給食の時間を楽しみにまわってくださね!

こんだて表の見方

★材料名の横の「赤・黄・緑」

食べものをはたらきによってグループ分けしたものです。

- 赤：血や肉や歯をつくるもの
- 黄：熱や力になるもの
- 緑：体の調子をととのえるもの



★太字の材料名

大和郡山市または奈良県でとれた食べものを太字で表しています。



パンに挟んで食べるマーク



よくかんで食べるマーク



ご飯といっしょに食べるマーク

保護者の方へお願い

給食費は、大和郡山市が直接徴収いたします。1年間の給食費を5月にお知らせしますので、5月末から毎月納付をお願いいたします。また、納付には便利な口座振替の利用をお願いいたします。
保護者の方に納めていただく給食費は、食材の購入のみに使用しています。給食に関わる設備費、光熱費、人件費などは市が負担しています。このため、給食費の納入が滞りますと、食材の購入や献立内容にも影響しますので、保護者の皆さまのご理解・ご協力をよろしくお願いいたします。

大和郡山市の給食について



主食

- ◆ごはん：週3.5回
【月(隔週)・火・水・金曜日】
奈良県産ヒノヒカリを使用
- ◆パン：週1.5回
【月(隔週)・木曜日】
奈良県産小麦を10%配合

牛乳

毎日、牛乳が1本つきます。
牛乳1本で1日に必要なカルシウムの約1/3をとることができます。



ヨーグルトやゼリー、フルーツポンチがつくこともあります。

おかず

毎日3品提供します。
いろいろな食材を使用して、必要な栄養価になるように配慮しています。
煮物・焼き物・炒め物など様々な調理法を取り入れて作ります。



給食レシピ

「さわらのガーリック焼き」

小学校で4月30日に登場!

毎月、献立の紹介をしています。

お家のかたにも見ていただき給食

の話をさせていただきますとうれしく思います。



体力も学力もアップ!?

大切です!朝ごはん

朝ごはんは午前中の勉強や運動をがんばるための力になります。寝ている間に使って不足したエネルギーを朝ごはんて補給してから1日を元気にスタートさせましょう。

